



नव जनचेतना

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक



कुनै बेला 'विष', 'दिरताको चीनो', 'ब्रेकफेस्ट' र 'तुलसी' गरी चार फिल्म बनाएका शंकर थिम्ब्रेले १२ वर्षपछि निर्देशनमा पुनरागमन गरेको फिल्म 'तेल गिसा'को प्रदर्शन गिति हेरेर अचम्भित भएका थिए । यसअघि अगो २१ गते आउने गितिबाट भएको यो फिल्म अब आगामी मंसिर ७ गतेदेखि प्रदर्शन हुनेछ । आइतबार 'व्याचमेन्ट पोस्टर' सार्वजनिक गर्दै फिल्मको नयाँ प्रदर्शन गिति घोषणा गरिएको हो । पोस्टरमा अभिनेता विपिन कार्की दोस्रो नम्बरमा छन् ।

आजको विचार...



बाढी... (दुई पेजमा) डा. प्रकाश बुढाथोकी

सुपरहित जोडी दयाहाङ राई र गिरुणा मगरको मुख्य भूमिका रहेको फिल्म 'घरजवाइ'को दुई दिनको कलेक्सन रिपोर्ट सार्वजनिक गरिएको छ । निर्माण कम्पनी गिष्म नगी प्रोडक्सनले आइतबार एक पोस्टरमाफर्त दुई दिन 'शुक्रबार र शनिबार' मा १ करोड ५१ लाख ७३९ रुपैयाँ भएको दाबी गरेको छ । यसमा काठमाडौँ तथा उपत्यकाबाहिरको कति जोगदान छ, त्यो भने खुलाइएको छैन । चलचित्र विकास बोर्डले बक्स अफिसको रिपोर्ट सार्वजनिक नगरेकाले 'घरजवाइ'को कलेक्सन पुष्टि हुने आधार देखिँदैन ।



वर्ष ३० अंक १ २०८१ साउन १ गते मंगलबार 16 July 2024, Tuesday पृष्ठ संख्या ८ मूल्य रु ५/-

जनचेतना प्रकाशकीय

हाम्रो यात्रा ३० वर्षमा

हामी २५ वर्ष पुरा गरी ३० वर्षको यात्रामा लागेका छौं । पाल्पाबाट विगत २५ वर्षदेखि निरन्तर प्रकाशित नवजनचेतना राष्ट्रिय दैनिक (तत्कालीन साप्ताहिक) ले आज आफ्नो नियमित साप्ताहिक/दैनिक प्रकाशनको तीन दशकको अचिराम यात्रामा सक्रिय हुँदा अनेक आरोह-अवरोहको अनुभव गरेको छ । आजको यो उत्सवको समयमा हामी विगतका सबै एडिटरलाई भूमि अर्पण गर्दै नवीन भविष्यको परिदृश्यमा अग्रसर छौं ।

विगतका अनुभवलाई पाठका रूपमा लिई नयाँ यात्रामा नयाँ जोश, नयाँ उत्साह, नयाँ संकल्प र नवीन ऊर्जाका साथ संलग्न हुनुपर्छ भन्ने हाम्रो विश्वास छ । विगतका वर्षहरूमा जस्तै यो वर्ष पनि हामीले ३ सय ४६ अंक प्रकाशित गर्दै आइतदिन ३० वर्षमा प्रवेश गरेका छौं । नेपालका धेरै जसो दैनिकहरूले वर्ष दिनमा ३ सय अंक समेत प्रकाशन गर्न नसकेको अवस्थामा पाल्पा जस्तो पहाडी जिल्लाबाट ३ सय ४६ अंक प्रकाशन गरेर पाठकको घरदैलोमा पुऱ्याउन पाएकोमा खुशी छौं । आरोह, अवरोह र चुनौतीलाई पार गर्दै यो स्पना आइपुग्दा यहाँहरूको माया, सुभावा, सल्लाह, सहयोगको ठूलो हात छ ।

मोफसलमा रहेर समाचारमूलक पत्रिका प्रकाशन गरी यो यात्रा तय गर्नु पक्कै पनि सामान्य कार्य हैन । अहिले छापा माध्यमसम्म अनेकौँ चुनौती छन् । खासगरी विद्युतीय माध्यमहरूले विस्तारै कामजी माध्यमलाई विस्थापन गर्न लागेको यो समय हामी मात्र होइनै संसारभरका छापा माध्यमहरू अन्तरोमा परिरहेको अवस्था छ । तर, छापा माध्यमहरूको अनिवार्यतालाई कसैले पनि स्वीकार गर्न सक्दैन । छापा माध्यमलाई सुरक्षित गर्नु प्रवर्द्धकसहित संस्थामा आबद्ध वा शुभेच्छुकहरूबाट मात्र सम्भव हुँदैन । सरकारको नीति सशक्त हुनुपर्छ । अहिले विज्ञापनदेखि अनेक सन्दर्भमा छापा माध्यमहरूले अग्रिम अवस्थाको सामना गरिरहनु परेको छ । यो बेलासा सरकारले स्पष्ट नीतिका साथ छापा माध्यमहरूको सुरक्षाको लागि उचित नीति र निर्णय गरेको भन्ने हाम्रो आग्रह छ । भूकम्प जस्ता महाविपत्तिमा होस् वा कोरोना महामारीका बेला हामी निरन्तर स्थानीयस्तरका समाचार, दुर्गम क्षेत्रका जनताको आवाज सिन्डिकेटमा ल्याउन तल्लीन रह्यौं । कठिन यात्रामा अविचलित रूपमा अगाडि बढेर हामीले २५ वर्षको यात्रा सफलतापूर्वक पार गरेका छौं ।

स्वच्छ र स्वतन्त्र पत्रकारिताको सिद्धान्तलाई आत्मसात गर्दै पत्रिकाको प्रकाशन सुरु गरेका हामीले, प्रकाशनको यो अवधिमा स्वतन्त्र पत्रकारिताको सिद्धान्तलाई पूर्णतया पालना गर्ने प्रयास गरेका छौं । कही कतैबाट भ्रूलक्ष्य कुनै कमी कमजोरी भएमा त्यसको मूल्याङ्कन पाठकवर्गले गर्नुहुने विश्वास समेत लिएका छौं । दश जनशक्तिको अभाव, महँगो प्रविधि तथा त्यही प्रविधि पनि सहजताका साथ उपलब्ध नहुँदा प्रकाशनलाई निरन्तरता दिन निकै कठिन भइरहेको छ । केन्द्र, प्रदेश र स्थानीय सरकारहरू, आम पाठकवर्ग, विज्ञापनदाता, सञ्चारकर्मी, शुभचिन्तकहरूको निरन्तर सहयोगले हामी चुनौतीहरूलाई पार गर्दै यो अवसरमा आइपुगेका छौं । हामी समाज, राष्ट्र, जनता र वर्तमान संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रका मूल्यहरूप्रति इमान्दारीपूर्वक प्रतिबद्ध छौं । कुनै पनि संतना हामी मूल्यव्यक्त हुनेछौं । हामी विगतमा जस्तै गरी पूर्ण प्रेस स्वतन्त्रता, मानव अधिकारको रक्षा, सामाजिक न्यायको विकास, निमुखा, विपन्न र सीमान्तकृतहरूको दबिएका स्वरलाई सतहमा ल्याउने प्रयत्न गरिरहने छौं ।

विगत केही वर्षदेखि यो दैनिकलाई अनलाइन संस्करणमा समेत सँसर्गै अगाडि बढाएका छौं । मोफसलमा पत्रकारिताको यात्रा अर्भै पनि चुनौतीपूर्ण छ, तर यो चुनौतीलाई स्वीकार गरेर हामी निरन्तर अगाडि बढ्ने ठोडो गरेका छौं । यस अवधिमा हामीले जे मन्थी, पाठकले मूल्याङ्कन गर्न कुरा हो तर हामी यतिमै चिन्तक बन्नाएर बस्ने छौं । सुझाव, विचार र बहस सँसर्गै राष्ट्र र समाजलाई दिशादिशा गराउन सक्तियो भने मात्र हामी हाम्रो उद्देश्य र कर्ममा सफल भएकौं ठान्नेछौं ।

हाम्रो यात्रालाई तीन दशकसम्म ल्याइपुऱ्याउन धेरै सहयोगी सहकर्मीहरूको योगदान रहेको छ । जसलाई हामी बिर्सन सक्दैनौं । अन्त्यमा, यो यात्रामा साथ दिनुहुने समस्त पाठक, विज्ञापनदाता र शुभेच्छुक, लेखक, संवाददाता र कार्यालयमा कार्यरत सम्पूर्ण कर्मचारीहरूप्रति हार्दिक आभार व्यक्त गर्दै निरन्तर सहयोग र सहकार्यको अपेक्षा गरेका छौं । आगामी दिनमा स्वतन्त्र पत्रकारिताको मूल संमर्लाई हृदयङ्गम गर्दै आम पाठकको अपेक्षा अनुरूप प्रकाशनलाई निरन्तरता दिनुका साथै स्तररूप सामग्री पस्किरहने प्रतिबद्धता समेत व्यक्त गर्दछौं ।

[Signature]
सम्पादक

आज साउने संक्रान्ति : लुतो फाल्ने दिन

बिसिदै 'लुतो फाल्ने' चलन

रामचन्द्र रायमाभी

जम्मा भएर भनायो, कुकुरडाइना, लुतेफार, पानीसरो, रत्तापाते जस्ता वनस्पतिहरू खोजेर ल्याइन्थ्यो र घरको पूर्व, पश्चिम, उत्तर, दक्षिण चारैतिर ति वनस्पती राखिन्थ्यो, साँफा घर छेउबाट आगाको अग्लो फन्दै फन्दो पाउँदाकहलाई मेरो लुतो लैजा भन्दै, चिच्याइन्थ्यो, उनले भनिन्, 'अचलकलाई त्यसको महत्व नै थाहा छैन ।'

लुतो फाल्ने संस्कृति विस्तारै हराउँदै गएकोमा तानलन-७ काजीवीवाका रोमबहादुर रायमाभीको गुनासो छ । उनलाई पनि विगतमा आगाको अग्लो फन्दै लुतो फाले भन्नुपर्ने थाहा आउँछ । 'हामी साना साना केटाकेटी हुँदा कति रमाइलो गर्दै लुतो फालिन्थ्यो तर अहिले त त्यस्तो कतै देखिँदैन ।' रायमाभीले भने । अहिले त छोर, नातीहरूले लुतो

फालेको कहिल्यै नदेखेको उनको भनाइ छ । लुतो फाल्ने संस्कृति जे नतेन निरन्तरता पाउँदै आएपनि पछिल्लो समय विस्तारै कम हुँदै गएको छ । नयाँ पुस्ताले त्यसकै खासै चासो नदेखाउँदा यो संस्कृतिमा

कमी आएको हो । ज्योतिष शास्त्रानुसार सोरमासका हिसाबले साउने संक्रान्तिदेखि सूर्य कर्कट राशिमार्ग प्रवेश गर्ने हुनाले यस दिनलाई 'कर्कट संक्रान्ति' पनि भनिन्छ ।

-बीबी बलितमा रेग्मा

सम्पादकमा रायमाभी

रामचन्द्र रायमाभी

पाल्पा, असार ३०/बैशाखनगर भिडिया प्रालिद्वारा प्रकाशित नवजनचेतना राष्ट्रिय दैनिक पत्रिकाको सम्पादकमा रामचन्द्र रायमाभी नियुक्त भएका छन् । प्रालिको सोमबार बसेको सञ्चालक समितिको बैठकले रायमाभीलाई दैनिकको सम्पादकमा बढुवासहित नियुक्त गरेको हो । विगत ७ वर्षदेखि दैनिकको उपसम्पादकको रूपमा कार्य गर्दै आएका रायमाभीको कार्यसम्पादको मूल्यांकन गर्दै समितिले सम्पादकमा नियुक्त गरेको जनाएको छ । कुम्भीको इला गाउँपालिका -२ मा जन्मिएका उनी विगत डेढ

दशकदेखि पाल्पामा रहेर पत्रकारिता गर्दै आएका छन् । अर्थशास्त्रबाट स्नाकोत्तर अध्ययन गरेका रायमाभीको जिम्मेवारी बढेसँगै पत्रिकाको स्तरान्तरिता बढ्ने सोमबार बसेको सञ्चालक समितिको बैठकले रायमाभीलाई विशेष गरी आर्थिक, राजनीतिक, सामाजिक क्षेत्रमा सक्रिय रूपमा कलम चलाउँदै आएका छन् । सम्पादकमा नियुक्त भएसँगै उनले प्रालिलाई थप जुलुत र प्रभावकारी बनाएर लैजाने प्रतिबद्धता जनाएका छन् ।

प्रधानमन्त्री ओलीले शपथ लिएसँगै मन्त्रिपरिषद् विस्तार

पाल्पा, असार ३१/नवविनयुक्त प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीले सोमबार पद तथा गोपनीयताको शपथ लिएसँगै मन्त्रिपरिषद् विस्तार गरेका छन् । राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलले नवविनयुक्त प्रधानमन्त्री ओलीलाई शपथ सुनाएसँगै उनले २१ सदस्यीय मन्त्रीपरिषद् विस्तार गरेका हुन् ।

राष्ट्रपति पौडेलले नवविनयुक्त प्रधानमन्त्री ओलीसहित दुई उपप्रधानमन्त्री र १९ मन्त्रीलाई पद तथा गोपनीयताको शपथ गराएका छन् । कपिसबाट प्रकाशमान सिंह र एमलेबाट विष्णु पौडेल उपप्रधानमन्त्री बनेका छन् । सिंहलाई सहरी विकास र पौडेललाई अर्थमन्त्रालयको जिम्मेवारी दिइएको छ । सिंह र पौडेल विगतमा पनि पटक पटक मन्त्री भएका व्यक्ति हुन् । कपिसबाट प्रमुख सचिवक रहेका रमेश लेखकले गृह मन्त्रालयको जिम्मा पाएका छन् । नयाँ सरकारमा कोषकारीले आरजु राणा परराष्ट्रमन्त्री बनेका छन् । त्यस्तै दीपक खड्का ऊर्जा,

सञ्चारमन्त्री बनेका छन् । राजकुमार गुजाललाई संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालयको जिम्मा दिइएको छ । त्यस्तै मानवीय राई रक्षामन्त्री बनेका छन् । भूमि व्यवस्था, सहकारी तथा गरिबी निवारण मन्त्रीमा बलराम अधिकारी र उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्री दामोदर भण्डारी बनेका छन् ।

त्यस्तै शिक्षामन्त्रीमा विद्या भट्टराई र देवेन्द्र दाहाल भौतिक पूर्वाधार मन्त्री बनेका छन् । लोसपाबाट शरदसिंह भण्डारी श्रममन्त्री बनेका छन् । त्यस्तै जयपाबाट नवलकिशोर साह सुजुी महिना बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक र प्रदीप यादव खानेपानी मन्त्री बनेका छन् ।

पा.वि.हु.स.नं. ०११/०१२

पा.वि.प्र.का.स.नं. ११/०११/०१२



सम्पादकीय

जोगाऔं लुतो फाल्ने परम्परा

नेपालका प्राचीन संस्कृतिअनुरूप साउन १ गते साँभ घर-घरमा लुतो फाल्ने प्रचलन छ । हरेक वर्षजस्तै आज पनि लुतो फाल्ने लागिएको छ । ज्योतिष शास्त्रानुसार सौरमासका हिसाबले साउने संक्रान्तिदेखि सूर्य कर्कट राशिमा प्रवेश गर्ने हुनाले यस दिनलाई 'कर्कट संक्रान्ति' पनि भनिएको हो । वर्षभरका दिनहरू मध्य साउने संक्रान्ति १ गते सबै भन्दा लामो दिनको हुन्छ । बेल्तुका लुतोफाली धार्मिक महत्त्वको साथ संक्रान्ति मनाइन्छ । बर्खायामको मध्यविन्दु विशेष गरी पहाडी भेक तथा समुदायमा यस संक्रान्तिलाई विशेष पर्वका रूपमा मनाउने गरिन्छ । अधिकांश नेपाली खेतीमा लाग्ने भएकाले असार महिनाभर कृषि कर्ममा व्यस्त हुन्छन् । त्यसक्रममा हिलोमैलोले लाग्ने घालासम्बन्धी रोग निको पार्न साउने संक्रान्तिको अवसरमा लुतो फाल्ने गरिन्छ । वर्षभरका संक्रान्तिमध्ये साउन र माघ गरी दुई वटालाई महत्त्वका साथ लिइन्छ ।

असारभर गरिने खेतीपातीका क्रममा हिलोका कारण छालामा कुनै रोग नलागोस् भन्दै लुतो फाल्ने प्रचलन परापूर्वकालदेखि चल्दै आएको हो । लुतो उधुम झिलाउने चर्म रोग हो । केटाकेटीलाई दुःख दिने रातमा हिंड्ने कण्डारक नामको राक्षसलाई मन्सिएर बलिरहेको अगुल्टो वारी गाउँले, पारी गाउँले लुतो लैजाऔं भनेर कराउँदै फाल्ने प्रचलन छ । साँभमा अगुल्टो फाल्दा त्यससँग कुरिलो, पैयाको हाँगा, तितेपाती पनि फाल्ने गरिन्छ । अनि घरको निरालामा भसायोका पात, कुस आदि राख्ने चलन कायमै छ । कतै भाण्टालाई लुतो पारेर चौबाटोमा फालिदिएर नुहाएमा समेत लुतोबाट छुटकरा पाइने जनविश्वास छ । तर पछिल्लो समय लुतो फाल्ने प्रचलन हराउँदै गएको छ । पुरानो पुस्तालाई यसबारे जानकारी भएपनि नयाँ पुस्ताले यसको महत्त्व बुझ्न नसक्दा यो प्रचलन हराउँदै गएको हो । यसो हुनु अत्यन्त दुःखको कुरा हो । लुतो फाल्ने प्रचलनले संस्कृतिको संरक्षण मात्र होइन वनस्पतिको संरक्षण समेत हुन्छ । लुतो फाल्ने परम्पराको साँस्कृतिक र औषधी महत्त्व हुँदा हुँदै पनि यसको वेवास्तव गरिएको छ । नयाँ पुस्तालाई परम्पराको महत्त्व बारेमा जानकारी गराउनु अहिलेको आवश्यकता हो । चाडपर्व र संस्कृति आफैमा नेपाली पहिचान र गहना पनि हुन । यसर्थ नेपाली संस्कृति र पहिचानको रूपमा रहेको लुतो फाल्ने परम्परालाई जोगाई राख्न सबैले आ-आफ्नो ठाउँबाट लागौं ।

f Opinion @ Social Network f

बगिरहेको खोला बितेको समय टुटेको विश्वास र छुटेको बालापन कहिल्यै फर्केर आउँदैन ।
(अनिल सारको फेसबुक स्टेटसबाट www.facebook.com/saru.anil357)

यो स्तम्भमा सामाजिक संबन्धमा पोष्ट गरिएका धारणाहरू राख्नेछौं । यसका लागि हामी फेसबुक पेज www.facebook.com/shitalapati मा लामखान पनि सक्नुहुनेछ ।

जनचनेतना दैनिकको रुपमा तपाईंलाई थाहा रहेको छ । यो पत्रिका अठ्ठ सन्दीप अलि पठनीय बनाउनको लागि तपाईंहरूको अनुभव सुन्नुपर्नेछ । हामीलाई अचलते जसरी छ । पाठकबाट तपाईंको सुझावहरू दिई हामीलाई सहयोग गर्नुहुन हामी अनुरोध गर्दछौं ।

जनचनेतना दैनिक
भगवतीटोल तानसेन, पाल्पा

पहरी कार्यालय	१४०००१
दुधेश्वर ०१-५२०१२२	सिमानसम्पन्न भैरहवा ०१-५२०११३
स.प्र.सुदामा सुदामा ०१-५२०११३	५४०००१
दुधेश्वर रामनगर ०१-५२०१२३	परिवार नियोजन सेवा पाल्पा ०१-५२०१२३
भैरहवा ०१-५२०११३	पाल्पा जिला अस्पताल ०१-५२०१२३
अर्घाखाँची ०१-५२०११३	सुनियोगी मेडिकल कलेज प्रयाग ०१-५२०१२३
कुम्भी ०१-५२०११३	सिन्धु परासी ०१-५२०१२३
परासी ०१-५२०११३	भैरहवा आर्वा अस्पताल ०१-५२०१२३
तीर्थहोवा ०१-५२०११३	आर्वा जिला अस्पताल ०१-५२०१२३
पाल्पा ०१-५२०११३	तपोवन जिला अस्पताल ०१-५२०१२३
दुधेश्वर रामपुर ०१-५२०११३	सुनियोगी मेडिकल कलेज प्रयाग ०१-५२०१२३
अर्घाखाँची ०१-५२०११३	सिन्धु परासी ०१-५२०१२३
सुनियोगी मेडिकल कलेज प्रयाग ०१-५२०११३	दुधेश्वर रामपुर ०१-५२०११३
सुनियोगी मेडिकल कलेज प्रयाग ०१-५२०११३	सुनियोगी मेडिकल कलेज प्रयाग ०१-५२०११३

बाढी पहिरोपछि हुनसक्ने स्वास्थ्य समस्या र ध्यान दिनुपर्ने कुरा

यो बेला मनसुनजन्य रोगहरूको जोखिम पनि धेरै हुन्छ । बाढी, डुबान र पहिरोले पानीको महान दूषित पार्छ । यसले गर्दा पानीजन्य रोग लाग्न सक्छ ।



डा. प्रकाश बुढाथोकी

दूषित पानी प्रयोग गर्दा खानाजन्य रोग, श्वासप्रश्वासको रोग र पाचन प्रणालीको रोग निम्त्याउन सक्छ । विशेषगरी दूषित पानीले खाना पकाउँदा, पखाल्दा वा पिउँदा हेजा, टाइफाइड र हेपाटाइटिस जस्ता रोगहरूको जोखिम धेरै हुन्छ । खाना नपच्ने, ग्यास्ट्रिक हुने, भन्दापखाला लाग्ने, आउं, रातमासोती पर्नेजस्ता स्वास्थ्य समस्याहरू देखिन्छन् । पानी धेरै पने वा बाढी पसेको ठाउँमा सङ्क्रमित पानीले गर्दा जठिष्ठ लाग्ने समस्या पनि देखिने गरेको छ । दूषित पानीले हात मुख धुन, नुहाउन, भोजा भाङ्गन प्रयोग गर्दा यी समस्याहरू थप बढ्न सक्छ ।

गर्मीमा शरीरबाट धेरै पसिना बग्छ जसले शरीरमा पानीको कमी गराउँछ । पानीको कमीले शरीर कमजोर हुन सक्छ । बाढी र पहिरोका कारण खानपिन, व्यक्तिगत सरसफाइ, आरामलगायत जीवनशैलीमा असर पर्छ । यसले गर्दा शरीरमा पौष्टिक तत्वको कमी हुन सक्छ र कुपोषण निम्त्याउन सक्छ । दीर्घरोगी, ज्येष्ठ नागरिक, गर्भवती, बालबालिका र अशक्त व्यक्तिको स्वास्थ्यमा बाढी र पहिरोले थप जटिलता निम्त्याउन सक्छ । बिरामीले खाइरहेको औषधी छुट्न सक्ने सम्भावना पनि देखिन्छ । दूषित पानीले छालाको रोग उत्पन्न गर्ने जोखिम रहन्छ । बाढी र पहिरोले गर्दा सफाइको अभावमा अन्य सङ्क्रामक रोगहरूको खतरा बढ्छ । जस्तै- स्किन इन्फेक्सन र आँखा इन्फेक्सन । यसरी बाढी र पहिरोले प्रभावित क्षेत्रका मानिसहरूको दैनिक जीवनमा गम्भीर असर पुर्‍याउन सक्छ, विशेषगरी स्वास्थ्य र पोषणमा । यसै बाढीको पानी जमेर बस्नाले लामखुटेको वृद्धि विकास हुन्छ जसले डेङ्गी, मलेरियाजस्ता रोगहरूको जोखिम उच्च बनाउँछ । यी रोगहरू बाढी प्रभावित क्षेत्रमा व्यापक रूपमा फैलिनु सक्छ । मनसुनको समयमा जमिनभिन्न रहेका सर्प बाहिर निस्कने गर्छन् । बासस्थानमा पानी पले भएकाले सर्पहरू बाहिर निस्कन्छन् जसले गर्दा सर्पदंशको जोखिम पनि बढ्छ । श्वासप्रश्वासको रोगमा रघाखोकी, घाँटी दुख्नेजस्ता सामान्य समस्याहरूदेखि जटिल अस्थिमा निमोनियाजस्ता गम्भीर रोगहरू पनि लाग्न सक्छन् । पोषणसम्बन्धी समस्याहरू पनि उत्पन्न हुन सक्छन् । बाढीले अन्नबाली र खानेकुरा नष्ट गर्दा कुपोषणको समस्या बढ्न सक्छ । यसै धरौंको बाढा, परिवारका सदस्य र आफन्तको ज्यान जोडा मानसिक समस्या पनि उत्पन्न हुन सक्छ ।

स्नान गर्नुपर्ने कुरा
खाने, पकाउने वा पखाल्नुका लागि शुद्ध पानीको प्रयोग गर्नु आवश्यक छ । जस्तोसुकै घोसोको पानीलाई उमालेर मात्र पिउने गर्नुपर्छ जसले धेरैसो पानीजन्य रोगहरू लाग्न दिँदैन । खाना पकाउन र भाँडा

रोगहरूबाट बच्न मद्दत गर्दछ । व्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिनुपर्छ । साबुनपानीले नियमित हात धुने बानी बसाल्नुपर्छ । यसले विभिन्न सङ्क्रमण र रोगहरूबाट बच्न मद्दत गर्दछ । यी उपायहरू अपनाएर बाढी, डुबान र पहिरोबाट हुनसक्ने स्वास्थ्य समस्याबाट जोगिन सकिन्छ ।

कुनै समस्या परे नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा तुरुन्तै सपर्यक्त गर्नुपर्छ । लक्षणालम्बक व्यवस्थापन गर्ने, जस्तै- ज्वरो आएको छ भने प्यारासिटामोल खाने । तर ज्वरो आउने र शरीर दुख्ने लक्षण देखापरे अन्य औषधि र आफ्नै उपचार नगर्ने । डाक्टरको सल्लाह र परामर्शानुसार औषधिको प्रयोग गर्ने । अनावश्यक औषधि खाँदा जटिलतासँगै ज्यानसमेत जान सक्छ । रोग प्रतिरोधी क्षमता कम भएकाले ज्येष्ठ नागरिक, बालबालिका, गर्भवती, अशक्त अफ बढी सचेत रहनुपर्छ । आफन्तले पनि यस्ता व्यक्तिको हेरचाह बढी गर्नुपर्छ । कुनै व्यक्तिले नियमित सेवन गर्ने औषधि एक हप्तासम्म भण्डारण गरेर राख्नुपर्छ । यस्ता व्यक्तिले हरियो सागसब्जी, रेशादार फलफूल, गेडागुडी र फोसिलो खानेकुरा प्रशस्त खाने गर्नुपर्छ । दुग्धजन्य पदार्थ/वस्तु खाँनुपर्छ । चुरोट, सुती र जाँड-रस्मी खान हुँदैन ।

पालिकाको भूमिका
पालिकाको प्रमुख जिम्मेवारी नागरिकको अवस्थाको पहिलो जानकारी लिनु हो । जब कुनै समस्या या सङ्घट उत्पन्न हुन्छ, पहिलो प्रतिकारको काम स्थानीय सरकारको नै हो । यसले गर्दा नागरिकको सुरक्षामा तत्काल काम गर्न सकिन्छ र आवश्यक सहायता पुर्‍याउन सकिन्छ । हरेक नागरिकको स्वास्थ्य सुरक्षाका लागि स्थानीय सरकारले आवश्यक सेवा सुविधा उपलब्ध गराउनुपर्छ । यसमा नियमित स्वास्थ्य जाँच, उपचार र औषधि वितरणको व्यवस्था गर्नुपर्छ । हरेक पालिकामा स्वास्थ्यकर्मी र विज्ञहरूको द्रुत प्रतिकार समिति गठन गरिएको छ । यो समिति आपत्कालीन अवस्थाहरूमा छिटो र प्रभावकारी ढङ्गले कार्य गर्न सक्नु हुन्छ । स्वास्थ्य सङ्घटको समयमा यो समितिको भूमिका अफ विशेष हुन्छ ।

समितिले नागरिकलाई तत्काल सहायता पुर्‍याउन र स्वास्थ्य समस्याहरूको समाधान गर्न तत्पर रहनुपर्छ । पालिकाको सक्रियता र तत्परता नै नागरिकको स्वास्थ्य र सुरक्षाका आधार हो । बाढी र पहिरोको समयमा स्वास्थ्य समस्याहरूलाई रोकथाम र उपचार गर्न सचेत रहनु महत्त्वपूर्ण हुन्छ । घरयासी उपायहरू अपनाएर, समयमै स्वास्थ्य सेवा लिएर र खानपानमा ध्यान दिएर स्वास्थ्य समस्याबाट बच्न मद्दत गर्दछ । बाढी प्रभावित क्षेत्रमा घुम्ती स्वास्थ्य सेवा सञ्चालन गरेर प्रभावित समुदायलाई आवश्यक सहयोग पुर्‍याउन सकिन्छ ।

(स्वास्थ्य सन्देशका प्रवक्ता डा. फकाश बुढाथोकीसँगको कुराकानीमा आधारित ।)

-जम्बाको बबर उड्छ-

पखाल्न पनि उमालेको पानी प्रयोग गर्नु उचित हुन्छ जसले खानाजन्य समस्याबाट जोगाउन मद्दत गर्छ । धमिलो पानीलाई पनि छान्ने र कम्तीमा ५ देखि १० मिनेटसम्म उमालेर पिउने गर्नुपर्छ । यसो गर्दा पानीमा रहेका जीवाणु र कीटाणु नष्ट हुन्छन् । उमाल्न नसकिने अवस्थामा क्लोरिन ट्याबलेट प्रयोग गर्न सकिन्छ अथवा सोडिस शुद्धीकरण विधि अपनाउन सकिन्छ । यसले लामखुटेने सार्ने

व्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिनु महत्त्वपूर्ण छ । आफ्नो घर र बरपरको वातावरण सफा राख्नुपर्छ । फाडी, पानी जम्ने ठाउँ वा फोहोर तुरुन्तै सफा गर्नुपर्छ । पानी भण्डारण हुने ठाउँ र भाँडालाई हप्तामा एकपटक सफा गर्नुपर्छ । लामखुटेको टोकाबाट बच्न उपायहरू अपनाउनुपर्छ । शरीर ढाक्ने लुगा लगाउने र लामखुटेको भगाउने अन्य उपायहरू प्रयोग गर्नुपर्छ । यसले लामखुटेने सार्ने

मेघ विपरीत गर्मी प्रति आकर्षण बढ्नेछ । लेलीपथ भने खर्च बढ्न सक्छ ।
वृष वैदेशिक क्षेत्रको काम अघि बढ्नेछ । परिश्रमबाट पछि फाड्दा मिल्नेछ ।
मिथुन : ससयमा सही निर्णय लिनु सकिनेछ । करोबारबाट सफलता मिल्नेछ ।
कर्कट : मनमा शान्ति छाउनेछ । शिशुमा सफलता मिल्नेछ ।
सिंह : स्वास्थ्यमा समस्या आउनेछ । तनाव बढेको महसूस हुनेछ ।
कन्या : साप्तीभाइसँग समय बित्नेछ । व्यवसायमा नयाँ अनुभव मिल्नेछ ।

तुला : गरेका काम अघरै रहला । मालसामान हराउन सक्छ ।
पुष : चोटपटकको भय छ । सहकर्मीबाट सहयोग मिल्नेछ ।
धनु : मिलिजुल सहयोग पाइनेछ । धानजनक नयाँ श्रेष्ठता पत्ता लाग्नेछ ।
मकर : समाजसेवात्मक काम लाग्नेछ । शिशुमा सफलता मिल्नेछ ।
कुम्भ : अजस्रकाल विवाद बढ्नेछ । औषधि उपचार खर्च बढ्ने जस्तै ।
मीन : फाइदा हुने योग छ । अर्थिक कारोबारमा सफलता पनि पाइला ।

विज्ञान/सूचना प्रविधि

के एआईका लागि विज्ञान पर्याप्त बिजुली छ ?

यदि तपाईं आफ्नो ल्यापटपको पिछोको भाग छाम्नुभयो भने सायद त्यो तातो महसुस हुन्छ । इमेल चिस्ले गर्नेदेखि स्प्रेडशिट बनाउने अनि विभिन्न चिपस चलाउनका लागि ल्यापटपलाई करोडौं क्याल्कुलेसन गर्नु पर्दछ, जसमा ऊर्जा खपत हुन्छ । यही कारणले गर्दा जब तपाईंले लामो समयसम्म काम गर्नुहुन्छ तब ल्यापटपको ब्याट्री छिट्टै डिचार्ज हुन्छ । अब कम्पना गर्नुहोस् त ती दुनियाका लाखौं करोडौं कम्प्युटरहरू जसले स्प्रेडशिट होइन कि आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स अर्थात् एआईका लागि एन्भोरिडम बनाइरहेका छन् ।



आर्टिफिसियल सुपर इन्टेलिजेन्स पनि बनाउन सकिन्छ जसले दुनियामा हरेक मानिसको जिन्दगी बदल्न सक्छ । त्यस्तो आर्टिफिसियल सुपर इन्टेलिजेन्स विश्वको सम्पूर्ण मानव प्रजातिभन्दा अधिक तिग्मा तथा सक्षम हुनेछ । यो सम्भावना जति डरमर्दी छ उतिनै रोचक पनि छ । यसबाट दुनियाका विभिन्न पेचिला समस्याहरू पनि हल हुन सक्छन् ।

एआईको प्रयोगबाट न्युक्लियर फ्युजन गर्न तथा सोलार प्यानललाई अर्कै उत्कृष्ट बनाउन समेत सहयोग पुगिरहेको छ । भविष्यमा जब सुपर आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स विकसित हुनेछ तब हुनसक्छ कि हामीले ती चिजहरूबाट समेत ऊर्जा उत्पादन गर्न सक्नेछौं जो अहिले सम्भव छैन । यो सुन्दा अनौठो लाग्नसक्छ तर यदि मानिसले अत्यधिक बुद्धिमत्तायुक्त चिज बनायो भने कुनै पनि कुरा सम्भव हुनेछ । सुपर आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्सका कारण सबै कुरा यतिधेरै प्रचुर मात्रामा उपलब्ध हुनसक्छ कि विश्वका सबै खालका समस्या समाप्त हुनसक्छन् ।

बलपथिक ऊर्जा खपत गर्ने नयाँ एआई मोडहरू

केट क्रफर्डका अनुसार एआईले विश्वको कुल बिजुलीको बजेटको ८ देखि १० प्रतिशत हिस्सा ओगटिरहेको छ जुन निकै धेरै हो । आगामी दिनमा एआईका लागि बिजुलीको आवश्यकता फन्ने बढ्नेछ, जब जेनेरेटिभ एआईको प्रयोग बढ्नेछ । जेनेरेटिभ एआई त्यस्तो आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स हो जसले हामीसँग च्याट गर्नसक्छ, तस्वीरहरू बनाउन सक्छ र नमूना संगीतको सहयोगमा नयाँ संगीत तयार गर्नसक्छ ।

विद्युतजलव्यापको डाभोसमा २०२४ को वर्ल्ड इकोनोमिक फोरमको बैठकमा बोल्दै च्याट जिपिटी निर्माता कम्पनी ओपन एआईका प्रमुख साम अल्ट्यापानले भनेका थिए कि एआईका नयाँ मोडेलले पूर्वानुमानभन्दा निकै धेरै ऊर्जा खपत गर्नेछन् ।

प्राध्यापक केट क्रफर्डले पृथ्वीमा एआईको बढ्दो प्रभावका विषयमा अध्ययन सार्दै आएका छन् । उनका अनुसार हाम्रो दैनिक जीवनमा एआईको उपस्थिति अहिले विभिन्न ठाउँमा देखिन थालेको छ । फोनलाई अनलक गर्नका लागि फेस डिटेक्सनदेखि स्पम इमेलको पहिचान गर्ने सम्मका काम एआईको सहयोगमा हुन्छन् । साथै यसैको सहयोगमा भाषाको अनुवाद गर्ने प्रोग्राम पनि बनाउन सकिन्छ । तर एआई प्रोग्राम बनाउने तथा सञ्चालित गर्ने कम्प्युटरलाई चलाउनका लागि भारी मात्रामा बिजुली खर्च हुन्छ । एक प्रक्षेपण अनुसार सन् २०२७ सम्ममा एआईले खपत गर्ने ऊर्जा वेदरव्यापड जत्रो देशले गर्ने कुल ऊर्जा खपतभन्दा अधिक हुनेछ । प्राध्यापक क्रफर्डका अनुसार एआईलाई विकसित गर्न वा प्रयोग गर्नका लागि ठुलो संख्यामा मेसिनहरू तथा कम्प्युटरहरू आवश्यक पर्दछन्, जसले एन्भोरिडमको प्रयोग गरेर करोडौं क्याल्कुलेसन गर्नुपर्दछ ।

के एआईले चलाउनका लागि साँच्चै ऊर्जा खपत गर्ने नयाँ मोडहरू आउँछन् ?

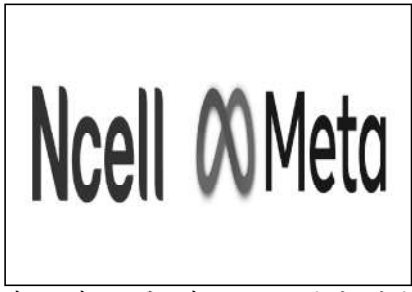
हामीलाई लाग्नसक्छ कि यसका लागि अहिले पर्याप्त एनर्जी छ र भविष्यमा अफ्रिकाबाट हरित ऊर्जा प्राप्त गर्ने व्यापक सम्भावना छ । तर, हाम्रो अगाडि सबैभन्दा ठुलो चुनौती भनेको एआईलाई चलाउनका लागि सञ्चालन हुने ठेका सेक्टरमा आपूर्ति गरिने अधिकांश बिजुली नदीकरणीय अर्थात् हरित स्रोतहरूबाट कसरी प्राप्त गर्ने र पर्यावरणमा पर्ने असरलाई कसरी कमभन्दा कम गर्ने भन्ने नै हो । साथै एआईको प्रयोग आवश्यक काममा मात्र होस् भने कुरामा पनि नियमनको खाँचो देखिन्छ । किनकि एआईबाट कमिक तस्वीर बनाउन तथा कसैको आवाज बदल्नमा नै अत्यधिक बिजुली खपत हुने गरेको छ । आगामी दिनमा एआईका लागि ऊर्जाको आवश्यकता फन्ने बढ्नेछ । तर खुलीको कुरा के भने सुपर एआई मोडेलले हाम्रा विभिन्न समस्याहरूका साथसाथै ऊर्जा खपतको समस्यालाई पनि दूर गर्न सक्दछ ।

-नवजन्मचतना डटकम

एनसेलले ल्यायो फेसबुक बेसिक मोड र डिस्कभर

एनसेलका ग्राहकले अब इन्टरनेट चलाउन डेटा प्याक बा ब्यालेन्स नभएको अवस्थामा पनि इन्टरनेट र फेसबुक चलाउन सक्छन् । यसलाई सम्भव बनाउँदै, एनसेल र फेसबुकको मातृसंस्था मेटाले एनसेलका ग्राहकहरूलाई ब्यालेन्स बिना पनि इन्टरनेट र फेसबुकमाफर्त सम्पर्कमा रहन सक्न बनाउन सफेदारी गरेका छन् ।

एकदमै राम्रो ब्रोडब्यान्ड कभरेज भएका क्षेत्रहरूमा पनि सुपर प्रोब्लेम्सहरू क्यशरिका कारणले गर्दा कहिले काही मात्र इन्टरनेट चलाउने वा चलाउँदैन नचलाउने हुन्छन् । यी खाडलहरू पुर्णका लागि एनसेलले मेटालेको सहकार्यमा मंगलबारबाट लागू हुने गरि दुई प्रोडक्टहरू फेसबुक बेसिक मोड र डिस्कभर संचालनमा ल्याएको छ । विशेष गरी ठुली मोबाइल सेट बोकेका ग्राहकहरूका लागि इन्टरनेटको अनुभवका साथ सेवा दिन यो अत्यन्त सान्दर्भिक छ । डिस्कभरले टेक्स्ट मात्र हेर्न सकिने गरि इन्टरनेट ब्राउजिङको सुविधा दिन्छ । त्यसैगरी डेटा प्याक र डेटा चलाउन ब्यालेन्स नभएको अवस्थामा ग्राहकहरूले फेसबुक बेसिक मोडमा टेक्स्ट र फोटो सहित फेसबुक पहुँचको सुविधा पाउँछन् । यी दुवै प्रोडक्टहरूमा एनसेलको नीति अनुसार फेयर यूजेज पोलिसी अर्थात् उचित उपयोग नीति लागू हुनेछ । यो पहिले नेपालमा इन्टरनेटको



प्रयोग बढाउन योगदान पुऱ्याउँछ र हाम्रो साथै अन क्याम्पेनको एक अंशको रूपमा यसले ग्राहकहरूका मोबाइलहरूमा केही आधारभूत सेवाहरू उपलब्ध रहि रहने कुराको सुनिश्चित गर्नेमा हामी विश्वास गर्छौं । यस किसिमका सहकार्यहरूले डिजिटल समावेशी नेपालको लक्ष्य हासिल गर्न महत्वपूर्ण कदम चाल्नेछ, एनसेलका चीफ कर्माधिकारी अफिसर उमेर मोहसिन भने । डिस्कभर एक एन्ड्रोइड एप हो । एनसेलका ग्राहकहरूले यो एप प्रयोग गरेर एनसेलमाफर्त टेक्स्ट मात्र पहुँच हुनेगरि इन्टरनेट चलाउन सक्छन् । यसको प्रयोगमाफर्त कुनै पनि वेबसाइट ब्राउज गर्न सकिन्छ । टेक्स्टमाफर्त उक्त खरिद हुनाले यसमा मिडियो, अडियो, र अन्य प्रकारको धेरै डेटा खपत हुने सामग्री उपलब्ध हुँदैन । यसैगरी स्वास्थ्य एवं

सुरक्षा सम्बन्धी विश्वासिलो जानकारीहरूमा सहज पहुँचका लागि डिस्कभरमा राष्ट्रिय विपद् जोडिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरण र विश्व स्वास्थ्य संगठनको वेबसाइटहरू बुकमार्क गरिएको छ । फेसबुक बेसिक मोडमा, एनसेलका ग्राहकहरूले डेटा प्याक सकिँएमा वा डेटा प्रयोग गर्नको लागि ब्यालेन्स नभएको बेलामा पनि टेक्स्ट र फोटोहरूसहितको फेसबुक चलाउन सक्छन् । यसको मतलब ग्राहकहरूले आफ्नो स्ट्याटस, पोस्टहरू राख्ने, फोटोहरू हेर्ने र राख्ने जस्ता कामहरू गर्न सक्छन् । ग्राहकहरूले डेटा खरिद गरेपछि उनीहरू स्वतः शुल्क लाग्ने फुल फेसबुक मोडमा फर्किन्छन् ।

-मार्गोदर डटकम

सामसङका स्मार्टवाच लञ्च, सुरवाती मूल्य २५५५ डलर

विश्व कोरियाली स्मार्टफोन निर्माता कम्पनी सामसङले दुई वटा नयाँ स्मार्टवाच लन्च गरेको छ । कम्पनीले पेरिसमा आयोजित ग्यालेक्सी अनप्याकड कार्यक्रममा सामसङ ग्यालेक्सी वाच सेभन र ग्यालेक्सी वाच अल्ट्रा लन्च गरेको हो ।



कम्पनीले पहिलो पटक ग्यालेक्सी वाच सिरिजमा अल्ट्रा मोडल ल्याएको छ । ग्यालेक्सी वाच सेभन ४० एमएम र ४४ एमएम गरी दुई साइजमा छन् । यी घडीको सुरवाती मूल्य २९९ डलर रहेको छ । अल्ट्रा भने ४७ एमएममा मात्रै उपलब्ध छ । यसको मूल्य ६४९ डलर तोकिएको छ । दुवै स्मार्टवाचमा एलटीई र ब्ल्यूटूथ ५.३ सपोर्ट दिइएको छ । जुलाई १० देखि नै सिनीहरूको थि-अडर खुला गरिएको छ । यसको विक्री जुलाई २४ देखि शुरु हुने बताइएको छ । सामसङ ग्यालेक्सी वाच सेभनको स्पेसिफिकेशन सामसङ ग्यालेक्सी वाच सेभनको ४० एमएम डायल बर्जनको तौल २८ दशमलव ८ ग्राम छ । ४४ एमएम डायल भएको स्मार्टवाचको तौल भने ३३ दशमलव ८ ग्राम छ । यसमा १.५ इन्चको सुपर एमोलेड डिस्प्ले छ । यसमा अलवेज अन फिचर पनि छ ।

घडीको नियमित मोडलमा ३ एमएम एफिजिनस डब्ल्यू १००० प्रोसेसर, २ जीबी र्याम र ३२ जीबीको स्टोरेज छ । यसमा ग्याल वेयर ओएसमा चल्ने वन यूआई ६ वाच छ । ४० एमएमको थ्यारिएन्टमा ३०० एमएमको ब्याट्री छ भने ४४ एमएमको ४२५ एमएमको ब्याट्री छ । दुवै घडीमा डब्ल्यूपीसीमा आधारित वायरलेस फास्ट चार्जिङ सपोर्ट दिइएको छ । घडीमा मुटुको दर, अक्सिजन, स्लीप ट्र्याकिङ जस्ता फिचर पनि छन् । यसमा निद्राको विश्लेषण गर्ने एआई अल्गोरिदम पनि छ । सामसङ ग्यालेक्सी वाच अल्ट्राको स्पेसिफिकेशन सामसङ ग्यालेक्सी वाच अल्ट्रा सेभनको ४० एमएम डायल बर्जनको तौल २८ दशमलव ८ ग्राम छ । ४४ एमएम डायल भएको स्मार्टवाचको तौल भने ३३ दशमलव ८ ग्राम छ । यसमा १.५ इन्चको सुपर एमोलेड डिस्प्ले छ । यसमा अलवेज अन फिचर पनि छ ।

सामसङ जेड फोल्ड ६ र जेड फिलप ६ मा एआई

सामसङ इलेक्ट्रोनिकसले बुधबार गैरसमा आयोजित ग्यालेक्सी अनप्याकडमा आफ्नो नयाँ ग्यालेक्सी जेड फोल्ड ६ र ग्यालेक्सी जेडफिलप ६ सार्वजनिक गरेको छ । फोनसँगै कम्पनीले ग्यालेक्सी बड्स ३ र ग्यालेक्सी बड्स ३ प्रो पनि सार्वजनिक गरेको छ । सामसङले यस वर्षको सुरुमा ग्यालेक्सी एआईसहित मोबाइल एआई सुरु गरेको थियो । नयाँ ग्यालेक्सी जेड सिरिज जेड फोल्ड ६ र लिप ६ ले एआई क्षमतालाई थप सशक्त बनाएको कम्पनीले जनाएको छ । यी फोनमा फोल्डेबल फर्म फ्याक्टर र मोबाइल एआई युगको सुरक्षा गर्दै दुई रिपरक प्रविधिलाई एकसाथ ल्याएको सामसङ इलेक्ट्रोनिकसको मोबाइल अनुभव व्यापकता अक्षय र प्रमुख ट्रीएम



रोले भनेका छन् । ग्यालेक्सी जेड सिरिज सबैभन्दा लिम (पालतो) र हलुक रहेको कम्पनीले जनाएको छ । ग्यालेक्सी

जेड फोल्ड ६ र लिप ६ दुवैमा त्यापडायन ८ जेन ३ चिप छ । -मार्गोदर डटकम

संसारलाई बढ्दो एआई

आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स अर्थात् एआई भनेको त्यस्तो सुपर एडभान्स्ड कम्प्युटर प्रोग्राम हो जसले विशाल मात्रामा डेटा प्रोसेस गर्न सक्छ । अर्थात् उसले सामान्य प्रोग्रामभन्दा अत्यधिक पेचिलो काम गर्न सक्छ र त्यसको डेटा प्रोसेसिङ क्षमता मानिसको मस्तिष्कको क्षमता भन्दा निकै धेरै हुन्छ, जसका कारण विभिन्न समस्याहरूको समाधान निकाल्नमा सफल हुन्छ । सिङ्गनीस्थित रणनीतिक भविष्यवेत्ता डाक्टर मार्क भ्यान रायसनम भविष्यमा कस्तो खालको प्रविधिको विकास हुनसक्छ भन्ने कुराको अनुमान लगाउनुका साथै त्यसको आकलन गर्ने गर्दछन् । उनका अनुसार स्वास्थ्य सेवामा एआईको प्रभाव अहिलेदेखि नै देखापर्न थालेको छ ।

उनी भन्छन्- पुगलले मेड जेमिनी नामक एउटा एआई प्रोग्राम बनाएको छ जसलाई डाक्टरहरूले विरामीको जाँच गर्ने समयमा आफ्नो सहयोगीको रूपमा प्रयोग गर्न सक्छन् । यिपे माइन्डको अल्फा फोल्ड एउटा यस्तो एआई प्रोग्राम हो जसले शरीरमा प्रोटिनले कसरी काम गर्दछ भन्ने पता लगाउँछ । यसको प्रयोगबाट केवल विरामीहरूको उपचारमा सहयोग पुग्ने मात्र नभई त्यस्ता रोगहरूबाट बच्न समेत सकिन्छ ।

चिकित्सा सेवामा नयाँ सम्भावनाहरू पैसा गर्दै एआई

डिप माइन्डको आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्स प्रोग्राम अल्फा फोल्डबाट चिकित्सा जगतमा विभिन्न सम्भावनाहरू उजागर भइरहेका छन् । एआईले वर्तमान विश्वको सबैभन्दा ठुलो चुनौतीको रूपमा रहेको तापमान बृद्धिसँग जुझ्नका लागि समेत सहयोग गर्न सक्छ । मार्क भ्यान रायसनका अनुसार एआईले हाल जलवायु परिवर्तन नियन्त्रण गर्नमा सहयोग गरिरहेको छ । उनका अनुसार अहिले यस्ता एआई प्रोग्राम हुन् जसको मद्दतले कहीं कहीं प्राकृतिक विपद् घटित हुन्छन् भनेर पता लगाउन सकिन्छ । साथै मौसममा आइटेको परिवर्तनको सटिक अनुमान पनि लगाउन सकिन्छ । मार्कका अनुसार भविष्यमा

लुम्बिनी प्रदेश सरकारको खर्च ६६ प्रतिशत मात्र



बैरहना(सप्रेमी), असार ३१ / चालु आर्थिक वर्षमा लुम्बिनी प्रदेश सरकारले ६६ दशमलव १४ प्रतिशत खर्च गरेको छ । प्रदेश सरकारले चालु आवमा चालुतर्फ १७ अर्ब २२ करोड २७ लाख ९९ हजार विनियोजन गरेकोमा १० अर्ब ७४ करोड २७ लाख ९३ हजार तीन सय ४५ खर्च भएको छ ।

पुँजीगततर्फ २३ अर्ब २४ करोड ६९ लाख एक हजार विनियोजन भएकामा १६ अर्ब तीन करोड सात लाख १७ हजार आठ सय ४७ खर्च भएको प्रदेश कोष नियन्त्रक दीपक ज्ञवालीले जानकारी दिए । प्रदेश सरकारले आव २०८०/८१ मा ४० अर्ब ४७ करोड ९७ लाख विनियोजन गरेको थियो । विनियोजन भएकोमध्ये ६६ दशमलव १४ प्रतिशत अर्थात् २६ करोड ७७ करोड ३५ लाख ११ हजार दुई सय तीन मात्र खर्च गरेको कोष नियन्त्रक ज्ञवालीले बताए । उनका अनुसार चालु आवमा चालु खर्च भन्दा पुँजीगत खर्च बढी भएको छ । सबैभन्दा बढी खर्च खानेपानी, ग्रामीण तथा सहरी विकास मन्त्रालयले ७७ दशमलव ४० प्रतिशत गरेको छ भने सबैभन्दा कम मूख्यमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालयले १६ दशमलव ६९ प्रतिशत मात्र खर्च गरेको छ । पुँजीगत खर्चतर्फ मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालयले नौ दशमलव शून्य नौ प्रतिशत मात्र खर्च गरेको छ । प्रदेश लेखा नियन्त्रकको

कार्यालयले उपलब्ध गराएको तथ्याङ्क अनुसार लुम्बिनी प्रदेशको प्रदेशशाका लागि ३३ करोड ८८ लाख ३८ हजार बजेट रहेकामा सोको ६६ दशमलव ३४ प्रतिशत मात्र खर्च भएको छ । प्रदेश लोक सेवा आयोगको ६ १० करोड बजेटको ६९ दशमलव ५३ प्रतिशत, अर्थ मन्त्रालयको छ करोड ५१ लाख १५ हजार सात सय ३६ बजेटमध्ये ५० प्रतिशत खर्च गरेका कोष नियन्त्रक ज्ञवालीले जानकारी दिए । उद्योग, पर्यटन तथा यातायात व्यवस्था मन्त्रालयको ७२ करोड पाँच लाख ५८ हजार नौ सय ३१ मध्ये ४७ दशमलव १० प्रतिशत, कृषि तथा भूमि व्यवस्था मन्त्रालयको एक अर्ब २२ करोड ९१ लाख ८१ हजार तीन सय १४ मध्ये ६२ दशमलव ७४ प्रतिशत खर्च भएको देखिन्छ । गृह मन्त्रालयले विनियोजित रकममध्ये ६२ दशमलव १० प्रतिशत, वन तथा वातावरण मन्त्रालयले ६२ दशमलव ७९ प्रतिशत, भौतिक पूर्वाधार मन्त्रालयले ७० दशमलव ०६ प्रतिशत, सामाजिक विकास मन्त्रालयले ५४ दशमलव ३९ प्रतिशत खर्च गरेका छन् । स्वास्थ्य मन्त्रालयले ७३ दशमलव ४९ प्रतिशत, प्रदेश योजना आयोगले ४१ दशमलव ९७ प्रतिशत खर्च गरेका छन् । विविधमा चार लाख ४० हजार छुट्याइएकोमा सोको शून्य दशमलव ०३ प्रतिशत मात्र खर्च भएको तथ्याङ्कबाट देखिन्छ, उनले भने । स्थानीय तह वित्त हस्तान्तरणतर्फ तीन

अर्ब ३७ करोड १० लाख ५६ हजार दुई सय ४२ रैथ्याँ बजेटमध्ये ९३ दशमलव ९१ प्रतिशत खर्च भएको छ । बजेट निर्माण अनुसार घोट प्राप्ति नहुँदा कठिनाइ भएको प्रदेश लेखा नियन्त्रक ज्ञवालीको भनाइ छ । 'सञ्चित कोषलाई ऋणात्मक गर्न नभिलने भएकाले हामीले असारको अन्तिमतिर आएर अनिवार्य दायित्वका तलब भत्ता, संघीय सशर्त खर्च बाहेकको अन्य रकम रोक्नुपर्ने अवस्था आएको छ', ज्ञवालीले भने । उनका अनुसार यो वर्षको करिब दुई अर्बको दायित्व भुक्तानी अर्को आर्थिक वर्षका लागि सरेको छ ।

संघीय सरकारको बजेटमा करिब ९० प्रतिशत भर पर्दा प्रदेश सरकार ऋणात्मक अवस्थामा गएको प्रदेश कोष नियन्त्रक ज्ञवालीको भनाइ छ । समानांतरण अनुदान उपलब्ध गराउने भनिएको रकममध्ये ७४ दशमलव ११ प्रतिशत मात्र उपलब्ध गराइएको थियो । आठ अर्ब १४ करोड समानांतरण अनुदानअन्तर्गत प्राप्त हुनुपर्नेमा छ अर्ब तीन करोड मात्र आएको थियो । 'करिब दुई अर्ब १० करोड बराबरको समानांतरण अनुदान बापतको रकम उपलब्ध भएपनि, कोष नियन्त्रक ज्ञवालीले भने, 'अन्तिम किस्ता नदिएकाले यो बराबरको रकम चालु आर्थिक वर्षको भुक्तानी रोक्नुपर्ने अवस्था आएको हो । **रावण**

बिसिदै...

... 'मानो खाई मुरी उब्जाउने' प्रचलित कथनअनुसार असार महिनाभर गरिएको खेतीपातीका कारण धाकेका किसान हिलोमैलो पखाली घरपरिवार र आफन्तका साथ रमाइलो गरी यस दिन भोज खाने गर्छन् ।

असारभर गरिने खेतीपातीका क्रममा हिलोका कारण फैलिन सक्ने लुतो, दाद आदि चर्मादी रोगबाट मुक्ति पाउन लुतो फाल्ने प्रचलन रहेको हो । परम्पराअनुसार

कामभनायो, कुकरडाइना, लुतेभार, पानीसरो, रातपानेजस्ता औषधीय गुण बोकेका वनस्पतिको साथै कागती, निबुवा, अम्बा, अनार, नास्पाती आदि फलफूलसहित कण्डारक नामक राक्षसको पूजा गरी घरको चारैतिर बलिरहेको अगुलो फ्याकिने गरिए पनि कतिपय ठाउँमा यी सामग्री लोप समेत भइसकेका छन् भने कतिपय ठाउँमा पछिल्लो पुस्ताले ती सामग्री पहिचान गर्न सकेका छैनन् । अर्को तर्फ

महिलाहरू साउने सड्कानिका दिनदेखि एक महिना सौभाग्यको प्रतीक हरियो चुरा र मेहन्दी लगाउनुका साथै शिवलाई प्रसन्न पार्न सोमबारे व्रत बख्नु देवी पार्वतीले साउन महिनाभरि निराहार रही कठोर व्रत बसेकीले सोमबारको व्रतको महत्व छ ।

साउन महिना भगवान् शिवको महिना भएकाले यो महिनाभरि शिवलयमा दर्शनार्थीको अत्यधिक भीड लाग्ने गर्दछ ।

खेलकुद समाचार

कोपा अमेरिका फुटबलको
उपाधि अर्जन्टिनालाई



काठमाडौं, असार ३१ / कोपा अमेरिका फुटबलको उपाधि अर्जन्टिनाले जितेको छ । सोमबार बिहान भएको फाइनलमा कोलम्बियालाई १-० गोलले हराउँदै अर्जन्टिनाले उपाधि जितेको हो ।

फ्लोरिडाको मियामी गार्डेन्समा भएको खेलमा अर्जन्टिनाका लाउतारो मार्टिनेजले थप समयको एक सय १२ औं मिनेटमा गरेको गोल निर्णायक बन्यो । निर्धारित ९० मिनेटको खेलमा कुनै पनि टिमले गोल गर्न नसकेपछि खेल थप समयमा प्रकैलियो थियो । खुट्टोको चोटका कारण खेलको ६८ औं मिनेटमा स्थानान्तरण भएपछि मैदानबाट बाहिरिएका थिए । कोपा अमेरिकाको नकआउट चरणमा निर्धारित ९० मिनेटको खेलमा दुई टोलीबाट गोल हुन नसके सिधै पेनाल्टी प्रहार गरिने नियम थियो । तर फाइनल खेलमा भने त्यो नियम लागू हुने थिएन र अतिरिक्त समय थप गरिने व्यवस्था गरिएको थियो । सोमबारको जीतसँगै अर्जन्टिनाले कोपा अमेरिका फुटबलको उपाधि १६औं पटक उपाधि जितेको छ । उसले दुई पटक विश्वकप पनि जितेको छ ।

सेमिफाइनलमा अर्जन्टिनाले स्थानजालाई र कोलम्बियाले उरुग्वेलाई हराउँदै फाइनलमा पुगेका हुन् । यस्तै क्वार्टरफाइनलमा अर्जन्टिनाले इक्वेडोरलाई र कोलम्बियाले पनामालाई हराएको थियो ।

वर्गिकृत डिस्प्ले

१ X ५ साइजमा मात्र
वर्गिकृत डिस्प्लेमा
विज्ञापन
दिनुहोस् व्यवसाय
बढाउनुहोस् ।

सम्पर्क: ०७५-५२०६०१

मालिकको आताङ.....

‘मात्र फी प्रिन्ट, कम फी प्रिन्ट’

युनिक प्रिन्ट, ५४३ नैमाइज

विज्ञापनको लागि सम्पर्क :
युनिक प्रिन्ट कम्प्युटेशन प्रा. लि.
तामसेन, पासा
०७५-५२१६६६, ५२१६६६
E-mail
news.uniquefcm@gmail.com
www.uniquefcm942.com

अर्थ/कपौरेंट समाचार

नेप्से परिसूचक घट्यो



काठमाडौं, असार ३१/यो साता कारोबारको पहिलो दिन उच्च अङ्कले बढेको नेपाल स्टक एक्सचेन्ज (नेप्से) परिसूचकमा आज दोधो दिन भने दोहोरो अङ्कको गिरावट देखिएको छ । आज नेप्से परिसूचक १७ दशमलव १८ अङ्कले घटेर दुई हजार दुई सय ४० दशमलव ४१ को विन्दुमा कायम भएको हो ।

सोमबार तीन सय ३२ कम्पनीको दुई करोड ५० लाख ७९ हजार ७९ किता शेयर एक लाख दुई हजार तीन सय ७२ पटक खरिदबिकी हुँदा र आठ अर्ब ७३ करोड १४ लाख ३६ हजार ३७ बराबरको कारोबार भएको छ । सोमबार जलविद्युत समूह शून्य दशमलव ७३, लगानी एक दशमलव ७०, उत्पादन तथा प्रशोधन शून्य दशमलव १२ र म्युचुअल फण्ड एक दशमलव ६७ प्रतिशतले बढेको छ भने अरु सबै समूहको उपसूचक घटेको छ । बैंकिंग एक दशमलव ४८, वित्त

शून्य दशमलव ५२, होटल तथा पर्यटन एक दशमलव ७९ र जीवन बीमा समूह एक दशमलव ६५ प्रतिशतले घटेको छ । लघुवित्त एक दशमलव ४१, निर्जीवन बीमा शून्य दशमलव ९१, व्यापार शून्य दशमलव ५२ र अन्य समूह एक दशमलव १९ प्रतिशतले घटेको छ । सिभिल बैंक डिपेन्डन्ट-२०८८ र माण्डू हाईड्रोपावर लिमिटेडको शेयर मूल्यमा सकारात्मक सर्किट लागेको छ भने जानकी फाइनेन्स कम्पनी लिमिटेडको शेयर मूल्यमा नकारात्मक सर्किट लागेको छ । कारोबार रकम र कारोबार भएका शेयर सङ्ख्याका आधारमा आज सबैभन्दा धेरै अपर तामाकोशी हाइड्रोपावर लिमिटेडको र ३७ अर्ब आठ करोड ७२ लाख पाँच सय ८९ बराबरको २९ लाख ७४ हजार सात सय २८ किता शेयर किनबेच भएको छ ।

सुर्तीजन्य पदार्थको सेवन नगरौं

सुर्तीजन्य पदार्थको सेवनले:
-सेवनकर्तालाई प्रत्यक्षरूपमा,
-परिवारजन एवं सम्पर्कका व्यक्तीहरूलाई
अप्रत्यक्षरूपमा नकारात्मक प्रभाव पार्दछ ,
-यसले स्वास्थ्य समस्याका अतिरिक्त पारिवारिक,
सामाजिक, आर्थिक,वातावरणमा समेत नकारात्मक प्रभाव पार्दछ ।
-त्यसैले सुर्तीजन्य पदार्थको सेवन नगरौ ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

हरेक प्रहरका ताजा समाचारका लागि www.shitalpati.com क्लिक गर्नुहोस् ।

जन्घेतना दैनिकको आधिकारीक वेबसाईट

शितलपाटी .कम

www.shitalpati.com डिजिटल पत्रिका